

မာတိကာ

- ဆရာတော် အရှင်နန္ဒာစာရ အမှာ
- ဘာသာပြန်သူအမှာ

အပိုင်း (၁)

ဗုဒ္ဓစိတ်ပညာကို မိတ်ဆက်ခြင်း

၁။ ဗုဒ္ဓစိတ်ပညာနှင့် တွေးသိမှုဆိုင်ရာ သိပ္ပံပညာရပ်.....	၃
၂။ ဗုဒ္ဓစိတ်ပညာ၏ အခြေခံသွင်ပြင်လက္ခဏာများ.....	၁၁
၃။ အာရုံသိခြင်းနှင့် သိမြင်မှု.....	၁၇
၄။ စေ့ဆော်မှု.....	၂၃
၅။ စိတ်လှုပ်ရှားမှု.....	၂၉
၆။ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး.....	၃၅
၇။ စိတ်ကျန်းမာရေး.....	၄၃
၈။ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ သုခချမ်းသာ.....	၅၁
၉။ စိတ်နှင့် ခန္ဓာတို့၏ ဆက်နွှယ်မှု.....	၅၉
၁၀။ တွေးခေါ်မှုနှင့် ခံစားမှု.....	၆၅
၁၁။ စဉ်းစားဆင်ခြင်ခြင်းဆိုင်ရာ ဗုဒ္ဓစိတ်ပညာ.....	၇၁

၁၂။ ဆွေးနွေးအကြံပေးမှု၏ သဘာဝနှင့် စိတ်ကုထုံးဆိုင်ရာသီအိုရီများ.....	၇၉
၁၃။ သတိပဋ္ဌာန်အခြေခံသည့် စိတ်ကုထုံးများ.....	၈၇
၁၄။ ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ တရားထိုင်ခြင်းနည်းလမ်း.....	၉၃
၁၅။ စိတ်မိစီးမှုကို စီမံထိန်းချုပ်ခြင်း.....	၉၇
၁၆။ ဝမ်းနည်းမှု၊ စိတ်ကျခြင်း၊ ပိုင်တွေအားငယ်ခြင်းနှင့် ပျင်းသိဉ်းငွေ့ခြင်း.....	၁၀၅
၁၇။ ပူဆွေးသောကံကို နားလည်ခြင်းနှင့် စီမံခန့်ခွဲခြင်း.....	၁၁၃
၁၈။ ဒေါသပြစ်ခြင်းနှင့် စီမံထိန်းချုပ်ခြင်း.....	၁၁၉
၁၉။ မူးယစ်ဆေးစွဲခြင်းနှင့် မိမိကိုယ်ကို ကိုင်တွယ်ထိန်းချုပ်ခြင်း..	၁၂၅
၂၀။ မာနကြီးခြင်း၊ ဘဝင်မြင့်ခြင်းနှင့် မိမိကိုယ်ကိုအကဲဖြတ်ခြင်း..	၁၃၅
၂၁။ ပေးကမ်းစွန့်ကြဲခြင်းနှင့် ပရဟိတဝါဒ.....	၁၄၃